

Задержать любой ценой

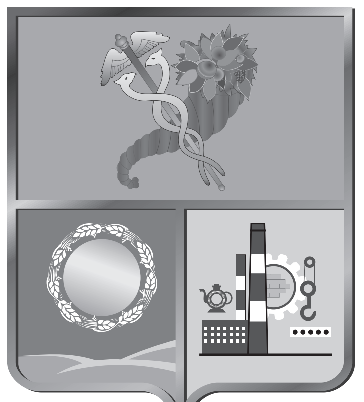
стор. 2



Спробуйте перець: від солодкого до пікантного

стор. 3

www.tribune.kharkov.ua



ТРИБУНА трудящих

7 квітня 2012 р. Субота

№26 (8788)

Заснована 18 липня 1937 року | ГАЗЕТА ХАРКІВСЬКОГО РАЙОНУ ДЛЯ ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ

НОВЫЙ ОПЕРБЛОК МЕРЕФЯНСКОЙ ЦРБ



фото Дмитрия Верещинского

Возле Мерефянской центральной районной больницы 4 апреля царило праздничное оживление: персонал учреждения, должностные лица, жители города встречали высоких гостей.

Здесь состоялась торжественная церемония открытия капитально отремонтированного операционного блока и хирургического отделения.

Хирургическое отделение ЦРБ на 55 коек, с тремя операционными (4 стола), двумя послеоперационными палатами интенсивной терапии на 8 коек, перевязочными и манипуляционными, теперь оснащено современным медицинским оборудованием: многофункциональными операционными столами, операционными светильниками и другим оборудованием на 133 тыс.грн. Старое операционное оборудование прослужило почти 40 лет. Для работы на новом врачи отделения прошли специальную подготовку.

Кроме этого, за средства районного бюджета закуплена медицинская мебель для хирургического отделения на 240 тыс. грн. На проведение ремонта оперблока, который был проведен в прошлом году, был выделен 1,1 млн грн., из которых 820 тыс. грн. — субвенция из государственного бюджета, еще 280 тыс. грн. было выделено из областного бюджета.

В торжественном мероприятии приняли участие первый заместитель министра здравоохранения Раиса Моисеенко, глава Харьковской облгосадминистрации Михаил Добкин, председатель Харьковского областного совета Сергей Чернов, заместитель председателя главы ХОГА Игорь Шурма, глава ХРГА Виталий Збукарь, его заместители Виталий Терещенко и Олег Казаков, мэр Мерефы Вениамин Ситов, главврач ЦРБ Виктор Чеверда и др.

Напомним, что в области полным ходом идет реализация программы «Здоровье Слобожанщины», в рамках которой проведена и реконструкция операционного блока Мерефянской ЦРБ. Председатель Харьковского облсовета Сергей Чернов выразил убежденность, что в текущем году будут реконструированы операционные блоки во всех межрайонных медицинских центрах области.

Губернатор Михаил Добкин отметил, что Мерефянская больница находится рядом с оживленной трассой Харьков—Симферополь, и в летний период, когда ухудшается статистика ДТП, созданные условия позволят привлекать специалистов из других медицинских учреждений более высокого уровня.

— В год в хирургическом отделении проводится более тысячи операций, лечение проходят порядка двух тысяч больных, — рассказывает завотделением Владимир Беленький. — После открытия обновленного оперблока мы планируем оказывать медицинскую помощь не только жителям Харьковского района, но и Змиевского, и делать это на европейском уровне.

(Окончание на 2-й стр.)

Вітаємо!

Рада Організації ветеранів України нагородила голову Харківської районної Організації ветеранів **Мироновського Михайла Даниловича** відзнакою Організації ветеранів України «Почесний ветеран України». На VI-му з'їзді Організації ветеранів України 29 березня 2012 року Михайло Данилович обраний членом Ради.

Голова Харківської райдержадміністрації В. П. ЗБУКАР

Голова Харківської районної ради М. В. ТРЕТЯК

Вакансія

Харківська районна рада оголошує конкурс на заміщення вакантної посади головного спеціаліста організаційного відділу виконавчого апарату районної ради.

Претенденти на заміщення вакантної посади повинні:

— мати повну вищу освіту за освітньо-кваліфікаційним рівнем магістра, спеціаліста;

— вільно володіти державною мовою;

— мати високий рівень володіння роботою на ПК (WORD, EXEL);

— мати навички розробки та обслуговування веб-сайтів, комп'ютерних програм, адміністрування мереж.

Прийом документів для участі в конкурсі здійснюється протягом 30 календарних днів з дня опублікування.

Детальну інформацію про умови конкурсу можна отримати у відділі з загальних та кадрових питань виконавчого апарату районної ради (м. Харків, Комсомольське шосе, 52, каб. 65, тел. 777-21-06).

Конкурсна комісія

Інформація

Відповідно до ст. ст. 104, 105 Цивільного Кодексу України і ст. ст. 59, 60 Господарського Кодексу України, на підставі ст. ст. 6, 19 Закону України «Про місцеві державні адміністрації» Харківською районною державною адміністрацією прийняте Розпорядження від 26 березня 2012 року за №555 про **припинення шляхом ліквідації комунального підприємства «Водопровідно–каналізаційне господарство Харківського району»** та розпочато ліквідацію вказаного підприємства. Призначена ліквідаційна комісія, голова комісії Васконян Олександр Робертович.

Заяви і пропозиції надсилати на адресу: 62461, Харківський район, місто Південне, вул. Кірова, 70-А, телефон 746-60-23.

О. Р. ВАСКОНЯН, голова ліквідаційної комісії

■ З офіційних джерел

Треба економити кошти

Колегія Харківської райдержадміністрації провела засідання, на якому було розглянуто три питання. Вів засідання голова ХРДА Віталій Збукар.

Начальник фінансового управління Наталія Мєуш у своїй доповіді підвела підсумки виконання бюджету району у 2011 році та окреслила завдання на поточний рік.

Члени колегії відзначили, що, у порівнянні з відповідним періодом минулого року, надходження до бюджету району збільшились на 22,9 мільйонів грн., але збільшився й податковий борг до місцевого бюджету на 4,5 мільйонів грн., і зараз складає 16,6 мільйонів грн.

Протягом минулого року в районі було додатково отримано та перерозподілено за рахунок загального та спеціального фонду бюджету 25,8 млн грн. Ці кошти направлено на соціально-економічний розвиток, у тому числі на: освіту — 6,8 млн грн.; охорону здоров'я — 649,1 тис. грн.; соціальний захист — 257,4 тис. грн.; культуру — 475,2 тис. грн.; фізичну культуру — 310,0 тис. грн.; органи місцевого самоврядування — 2120,4 тис. грн.; капітальне будівництво — 1071,8 тис. грн.; житлово-комунальне господарство — 4856,8 тис. грн. тощо. Заробітна плата по соціальним галузям була виплачена в установлені терміни та у повному обсязі з урахуванням всіх заохочувальних та стимулюючих виплат.

Незабезпеченість бюджету району на 1 березня 2012 року, з урахуванням економії протягом січня-лютого, становить 18,0 млн грн., в тому числі по заробітній платі з нарахуваннями — 2 млн грн. та по видаткам на енергоносії — 16 млн грн. При такій не забезпеченості є необхідність в отриманні субвенції від місцевих рад на утримання закладів освіти, територіальних центрів, ДЮСШ, які фінансуються з районного бюджету.

Враховуючи складну фінансову ситуацію, голова ХРДА видав розпорядження «Про економію коштів та забезпечення виконання вимог ст. 77 Бюджетного кодексу України по місцевим бюджетам», у якому було рекомендовано органам місцевого самоврядування протягом місяця затвердити аналогічні заходи щодо економії коштів. На цей час до фінуправління надійшли затверджені заходи лише від Пісочинської, Роганської, Лизогубівської та Русько-Тишківської місцевих рад. Що стосується економії за січень-лютий, то жодна місцева рада не надала інформації, при тому що по районному бюджету вдалося здійснити економію в обсязі 320 тис. грн.

Про виконання заходів щодо реалізації Комплексної програми профілактики злочинності в Харківському районі на 2011-2015 роки за підсумками 2011 року інформував завідувач сектору взаємодії з правоохоронними органами, оборонної і мобілізаційної роботи та з питань режимно-секретної роботи Сергій Бусел. За його даними, районна влада спільно з правоохоронними органами здійснює певні скоординовані заходи щодо забезпечення законності, правопорядку, захисту конституційних прав і свобод громадян. Але статистичні дані за 2011 рік свідчать про те, що рівень злочинності в Харківському районі збільшився.

По видам злочинів, зареєстрованих відділами міліції, відзначено зниження особливо тяжких злочинів, зґвалтувань, крадіжок майна з квартир, нанесення умисних тяжких тілесних ушкоджень, порушень правил дорожнього руху та злочинів, пов'язаних з обігом наркотиків. У той же час збільшилася кількість крадіжок приватного майна, грабежів, розбійних нападів, хуліганських проявів, умисних вбивств тощо.

Члени колегії прийняли відповідні рішення, стосовно розглянутих питань, у тому числі протокольно — про стан роботи з кадрами, організація навчання та підвищення кваліфікації державних службовців, дотримання вимог чинного законодавства про державну службу і боротьбу з корупцією в місцевих органах виконавчої влади.

Микола ХОРОШЕВ

■ До відома громадян

Харківська районна виконавча дирекція ХОВ ФСС з ТВП повідомляє, що 31.01.2012 року Постановою правління Харківського обласного відділення Фонду соціального страхування з тимчасової втрати працездатності затверджено бюджет Харківської районної виконавчої дирекції Харківського обласного відділення Фонду соціального страхування з тимчасової втрати працездатності на 2012 рік:

№ п/п	Показники	Всього
1.	НАДХОДЖЕННЯ:	
1.1.	від часткової плати за путівки	457 168
1.2.	інші надходження	108 241
	ВСЬОГО НАДХОДЖЕНЬ:	565 409
2.	ВИТРАТИ:	
2.1.	по тимчасовій непрацездатності	12 656 741
2.2.	по вагітності та пологах	5 052 547
2.3.	на поховання	114 400
2.4.	на придбання путівок до санаторно-курортних закладів	1 669 233
2.5.	на позашкільне обслуговування дітей (придбання дитячих новорічних подарунків)	252 829
2.6.	організаційно-управлінські заходи	948 608
2.7.	по виконанню обов'язків страховика	5 700
2.8.	на виплату допомоги громадянам, які постраждали внаслідок Чорнобильської катастрофи	1 600
	ВСЬОГО ВИТРАТ:	20 701 658
3.	Сума дотації із Фонду	20 136 249

НОВЫЙ ОПЕРБЛОК МЕРЕФЯНСКОЙ ЦРБ

(Окончание)

— Безусловно, с завершением реконструкции уровень медицинской помощи, которую мы сможем оказывать людям, существенно вырастет, — подтверждает и главный врач Мерефянской ЦРБ Виктор Чеверда. — Сегодня, наряду с обычными операциями, мы оказываем пациентам и малоинвазивную хирургическую помощь: лапароскопия, артроскопия, эновидеохирургия — все это теперь доступно благодаря современному оборудованию. Малоинвазивная хирургия — это прежде всего минимизация травматичности, недолгое пребывание пациентов в больничных стенах, и плюсы даже с точки зрения эстетики — после таких операций практически отсутствуют шрамы и рубцы. Раньше все это было доступно только в областных центрах, сегодня новые технологии пришли и к нам. А уровень квалификации врачей в нашей больнице всегда был высоким — не хватало только современного оборудования.

По словам Виктора Михайловича, сегодня больнице необходим новый фиброгастроскоп, взамен вышедшего из строя. Цена вопроса порядка 130 тысяч гривен. Главврач района также отметил, что завершается ремонт лифта, отсутствие которого было серьезной проблемой — тяжелобольных приходилось транспортировать по лестницам на носилках. В завершение нашей беседы Виктор Чеверда выразил искреннюю благодарность Минздраву Украины, областному руководству, районным властям, руководителям города и всем, кто приложил руку к этому благородному делу, кто сделал все, чтобы в нашей больнице были созданы все условия для спасения человеческих жизней.

Ольга ПОПОВА

ЗАДЕРЖАТЬ ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ

■ Мужество

Если жизни и безопасности наших граждан угрожает преступник с ножом — настоящий оперативник доведет его задержание до конца. Даже будучи тяжелораненым.



Утром 2 апреля ничего не подозревающая жительница Малой Рогани, молоденькая девушка, вышла из дома и направилась к своей машине. Но добраться до места назначения в этот день ей было не суждено. Возле «Тойоты» на нее набросились двое мужчин, затолкали в салон, один из нападавших сел за руль и машина двинулась в сторону Харькова.

По дороге у пострадавшей отобрали деньги и драгоценности. К счастью, до самого страшного дело не дошло — на подъезде к областному центру автомобиль попал в «тянучку». Воспользовавшись вынужденной остановкой, перепуганная девушка сумела выскочить из машины. Здесь же был задержан старший грабитель, 35-летний житель Донецкой области. А вот его молодому напарнику удалось скрыться. Начались оперативные мероприятия по розыску опасного беглеца.

Вскоре сотрудники милиции знали о втором нападавшем если не все, то очень многое: 21 год, житель Сумской области, внешние данные и т. д.

Рассказывает первый заместитель начальника — начальник криминальной милиции Липецкого РО полковник милиции Владимир Кагадий *(на фото)*:

— Мы предполагали, что преступник попытается податься в родные края, в Сумскую область. Поэтому одна из основных задач была — перекрыть возможные направления выезда из города.

Одним из таких возможных выездов является терминал возле Южного вокзала, именно сюда и направился полковник Кагадий. Уже подходя к терминалу, он по привычке окинул взглядом многолюдную улицу и... в нескольких метрах от себя увидел объект поиска. По поведению молодого человека было заметно: он сильно напуган, в любой момент ожидает столкновения с сотрудниками правоохранительных органов.

Решение было принято в считанные секунды. Быстро проговорив формальную фразу, полковник кинулся к преступнику и захватил его правую руку. Однако тот сумел левой выхватить нож и нанес милиционеру несколько ударов. Первый, самый тяжелый, пришелся в область живота, второй оперативник сумел отбить рукой. Ранение было очень тяжелым, но полковник — спортсмен, бывший «беркутовец» — сумел выбить нож и прижал преступника лицом к автобусу.

А вскоре на крики перепуганных пассажиров к месту происшествия прибежали сотрудники патрульной службы линейного отдела милиции. Они же и оказали пострадавшему первую помощь, вызвали «скорую».

Сейчас, через несколько дней после операции, Владимир Кагадий утверждает, что чувствует себя хорошо. Врачи уже разрешили ему вставать и обещают, что вскоре он сможет приступить к своим обязанностям.

— В тот момент, когда надо было задержать и обезоружить нападавшего, я боялся не за себя, а того, что он вырвется и ранит кого-то из окружающих, — сказал полковник милиции в коротком интервью.

Сотрудники и руководство Липецкого РО высоко ценят профессиональные качества Владимира Кагадия, тепло отзываются о нем как о коллеге и товарище. Ну а мы гордимся, что наш покой оберегают такие сильные и мужественные люди как полковник Кагадий.

НАРАДА У ЦИРКУНАХ

Виїзний адміністративно–господарський актив пройшов у Циркунах.



Вже традиційно на нараду з активом села приїхали керівники Харківської райдержадміністрації, керівники профільних управлінь, голова Харківської районної ради, депутати райради, керівники районних підрозділів МВС, МНС, СЕС, ВАТ «Харківгаз», держкомзему у Харківському районі, електромереж та енергозбуту, управління Пенсійного фонду, Центру зайнятості, ДП «Харківський райавтодор» тощо.

З метою обміну досвідом у роботі на зустріч було запрошено голову Дергачівської райдержадміністрації Володимира Кацубу.

Після короткої доповіді голови місцевої ради Тетяни Самойлової, мешканці с. Циркуни мали нагоду поставити запитання керівництву району з нагальних проблем громади, які стосувалися охорони здоров'я, транспортного сполучення тощо. Голова ХРДА Віталій Збукар, для вирішення розглянутих питань, дав відповідні доручення керівникам структурних підрозділів. Наступне засідання активу заплановано у Рогані.

Микола ХОРОШЕВ, фото Марії ЗАЙЦЕВОЇ

«Шановна редакція! Кілька років я передплачую газету «Трибуна трудящих», у якій найбільше мене цікавлять поради щодо вирощування різноманітних городних культур на присадибних ділянках. Для мене, суто міського жителя, важливо те, що поради ці подаються простою, зрозумілою мовою — коротко, чітко й без зайвих сентенцій. За селом Циркуни я маю невеличку дачну ділянку (15 соток), на якій традиційно вирощую картоплю, моркву й цибулю. Хотілося б взятися й за вирощування солодкого перцю, який дуже любить уся моя сім'я, але з чого починати — не знаю. Чи не могли б ви на сторінках газети дати кілька корисних фахових рекомендацій?

Валентина Федорівна Ігнатченко, м. Харків»

Поради вченого

СПРОБУЙТЕ ПЕРЕЦЬ: ВІД СОЛОДКОГО ДО ПІКАНТНОГО

Болотських знає все

Понад 15 років мені довелося працювати в міжрегіональному «Сільському журналі», де познайомився з унікальною особистістю — Олександром Степановичем Болотських. Він визнаний в Україні фахівець у галузі овочівництва, науковець ХНАУ ім. В. В. Докучаєва, академік Академії наук вищої школи. Кілька років тому видавництво «Фоліо» випустило його енциклопедичну працю «Довідник овочівника», що стала результатом багатолітньої напруженої праці науковця. Можна стверδно говорити, що Болотських знає про овочі практично все, на Слобожанщині немає кращого знавця цієї справи. Олександр Степанович радо погодився дати консультацію на сторінках районної газети щодо вирощування солодкого й пікантного перцю на невеликих ділянках у наших кліматичних умовах.

— Перець можна зарахувати до числа найдревніших культурних рослин на планеті, — розповідає Олександр Болотських. — У наш час лише в Україні вирощують 15 сортів солодкого перцю і два гострого, які відповідають вимогам ґрунтово-кліматичних умов і при дотриманні технології вирощування забезпечують гарний урожай. До них відносять ранньостиглі — Вікторія, Ластівка, Обрій; середньоранні — Голубок, Кловіс, Колобок, Полтавський; середньостиглі — Купон, Меришор, Надія, Подарунок Молдови; для захищеного ґрунту — Піонер, Дружок, Подарунок Молдови; районовані сорти перцю гіркого — Український гіркий і Харківський. Особливу цінність мають сорти з ніжною, тонкою шкіркою, яскраво-червоного забарвлення та товстими м'ясистими стінками, з добрим ароматом і запахом...



Солодкий перець з власного городу

Розташування ділянки

Перець дає високі урожаї на ділянках з легкими, структурованими, плодючими ґрунтами. Малопридатні для цього кислі, а також солончаки та важкі глинисті ґрунти. Кращим місцем для розміщення перцю є добре освітлені і прогрівані сонцем ділянки, захищені від холодного вітру, бажано біля стіни якоїсь господарської споруди.

Обробіток ґрунту

Основний і передпосівний обробіток ґрунту під перець включає осінню перекопку й весняне боронування і розпушення землі. Глибина перекопування під перець коливається від 20 до 30 см, у залежності від характеру й умов ґрунтів.

Городникам під перекопування восени слід внести 30—40 кг на 10 кв. м перепрілого гною або компосту з додаванням 300—450 г суперфосфату і 150—200 г калійної солі. Перед посадковою культивацією слід додати в ґрунт 150—200 г аміачної селітри. Окремі овочівники при посадці розсади в кожну лунку кладуть одну-дві пригорщі перегною і 10—15 г суперфосфату. Усі ці удобрення можна придбати в будь-якому спеціалізованому магазині Харкова чи Передмістя.

Висадка розсади

Розсадний спосіб вирощування перцю широко розповсюджений в усіх ґрунтово-кліматичних зонах. Оптимальним віком розсади перцю зазвичай вважається від 55 до 65 діб. Вона повинна бути міцною, висотою 16—17 см, не витягнутою, з 6—8 листками й бутонами.

Розсаду у відкритий ґрунт висаджують, коли ґрунт добре прогріється і сягне +15 ^{0}С та перенесе весняні заморозки. У північних районах можна висаджувати розсаду в горщиках наприкінці травня — на початку червня.

Спосіб посадки перцю солодкого може бути широкорядним і стрічковим дво- та трирядним.

Найбільш ефективною вважається відстань між лунками 60:30 см.

Догляд за рослинами

Перець — вологолюбива рослина, і поливати його потрібно так само, як і томати. Після посадки розсади у відкритий ґрунт одразу проводять поливання за нормою 300 л води на 10 кв. м. Через 4—6 діб, при необхідності, пересаджують зів'ялі рослини і вдруге поливають усю посадку за тією ж нормою. Подальший догляд включає підживлення, боротьбу з шкідниками, підрихлювання.

Коренева система перцю розташовується неглибоко, і вона швидко відгукується на розрихлення, прополку ґрунту, підживлення, полив тощо. Притік кисню до коріння прискорює ріст і розвиток рослин, активізує біологічну діяльність ґрунтових мікроорганізмів. За вегетаційний період обробіток ґрунту у міжряддях слід проводити 4—5 разів.

Перець чуйно сприймає удобрення й підживлення. Якщо восени ґрунт удобрювався мало, то за вегетаційний період слід двічі-тричі проводити підживлення. Перше підживлення проводять через два тижні після посадки розчином гнійної жижі чи курячого помету. На 10 л такої жижі, розведеної водою, додають 15—20 г аміачної селітри, 30—40 г суперфосфату і 15—20 г калійної солі. Аміачну селітру можна не вносити, коли є в достатній кількості перегній чи компост. Другий раз перець підживлюють перед початком плодоносіння, третій — в період масового плодоносіння, чергуючи з поливом і розрихленням.

Дотримуючись цих простих технологій, вже наприкінці серпня — на початку вересня на дачній ділянці можна буде отримати перші якісні плоди солодкого чи пікантного перцю.

Василь ЧИГРИН

«Попередник» й «наступники»

Рекомендації фахівців Інституту овочівництва і баштанництва УНААН:

— для перцю, баклажанів і томатів найкращі попередники — капуста білокачанна, огірки, кабачки, бобові культури, цибуля.

— цибуля ріпчаста — після томатів, огірків, капусти, картоплі, бобових культур.

— огірки доцільно розміщувати після капусти, редьки, ріпи, зелених однолітніх культур, баклажана, часника, цибулі.

— гарним попередником картоплі є бобові культури, огірки, патисони, цибуля, коренеплоди.

— після томатів, баклажана, перцю картоплю вирощувати не рекомендується, оскільки в усіх цих рослин одні й ті ж шкідники та хвороби.

— ранньовесняна посівна морква дає гарний урожай після томатів, огірків, картоплі, цибулі. На попереднє місце моркву слід повертати лише через 3—4 роки.

Сервіс на залізниці

«Столичний експрес» стає комфортнішим!..

З платформ залізничного вокзалу «Харків—Пасажирський» починають курсувати швидкісні пасажирські потяги нового покоління.

Не випадково очільники Міністерства інфраструктури України та «Укрзалізниці» довіряють утілення в життя своїх найпрогресивніших ініціатив і реформ саме «Південній залізниці» та працівникам її головного вокзального комплексу «Харків—Пасажирський», бо твердо переконані в тому, що харків'яни ніколи не підведуть. Тому й не дивно, що новітня ера швидкісного залізничного сполучення в Україні почалася з чепурної платформи Південного вокзалу. Другого квітня точно за графіком (о 7 годині 14 хвилин ранку) до столиці нашої держави міста Києва відправився новий швидкісний потяг вітчизняного виробництва «Столичний експрес», виготовлений нещодавно на Крюківському вагонобудівному заводі в Полтавській області. Цей состав замінить першу модель вагонів крюківських вагонобудівників, які вже кілька років успішно використовуються під маркою «Столичний експрес».

Як зазначалося під час урочистої церемонії на Південному вокзалі у Харкові, це саме той новітній потяг, який оглянув на початку року ще в заводському цеху Президент України Віктор Янукович, перебуваючи з робочою поїздкою в місті Кременчуці. Новий состав за №161/162 розвиває швидкість до 160 км/год і навіть більше. До Києва потяг прибуває о 12 год. 56 хв. Із столичного вокзалу у зворотньому напрямку залізничний експрес відправляється о 17 год. 30 хв, прибуваючи до перону Південного вокзалу в Харкові о 23 год. 10 хв. Це на 10 хвилин раніше, ніж прибував старіший потяг у складі «Столичного експресу».

Для пересічних пасажирів буде цікаво дізнатися про характер руху унікального потягу та сервісне обслуговування на його борту. У дорозі швидкісний експрес робитиме лише дві зупинки. На станції Огульці — технічна зупинка без виходу пасажирів, а в Полтаві (вокзал Полтава—Київська) стоянка зведена до мінімуму — усього 3 хвилини.

За рівнем комфорту цей пасажирський состав, безперечно, перевершує попередній. Усього він бере «на борт» 726 пасажирів. Кузови кожного вагону виготовлені з міцної і довговічної нержавіючої сталі — вони можуть експлуатуватися близько 50 років. У просторих, світлих усередині вагонах, встановлені дуже зручні крісла блакитного кольору. У вагонах першого класу є місця для віп-пасажирів, оснащені телевізором, акустичною музичною системою, до якої можна підключити навушники і слухати музику в дорозі. Крім того, в кожному вагоні працює Wi-Fi, тому будь-хто може під'єднатися до мережі Інтернет. У потязі встановлено камери спостереження, сенсорні замки на дверях, нову систему клімат-контролю, герметичні зручні переходи між вагонами. Є навіть вагон для перевезення пасажирів на інвалідних візках.



Новий состав виробництва Крюківського вагонобудівного заводу на пероні вокзалу «Харків—Пасажирський»

— Між Харковом і Києвом новий потяг крюківського виробництва курсуватиме близько місяця, а вже в травні його замінить корейський суперсучасний електропотяг «Хюндай», який зараз проходить випробування на українських залізничних коліях, — розповіла прес-секретар Південної залізниці Лілія Двоскіна. — А «крюківський состав» переведуть працювати на маршрут Харків—Сімферополь.

Потенційних пасажирів залізниці цікавлять, перш за все, ціни на квитки в оновленому «Столичному експресі». У довідковій службі Південного вокзалу нам повідомили, що найдешевший квиток на новий потяг обійдеться в 111 гривень, а за місця підвищеної комфортності доведеться заплатити 300 грн. Нагадаємо, що раніше доїхати з Харкова до Києва на «Столичному експресі» можна було за 133 і 146 гривень — у залежності від класу вагона. Та як би там не було, але можна впевнено говорити, що залізниця вже починає вигравати конкуренцію з авіаперевізниками як за комфортністю і сервісом, так і за ціновою політикою. Адже за авіаквиток до Києва з Харкова треба заплатити сьогодні 900—1000 гривень. Це при тому, що літаки приземляються в Борисполі чи в Жулянах, а залізничний «Столичний експрес» доставляє своїх пасажирів у самісіньку столицю. Відчуйте різницю і мерщій на Південний вокзал за квитками!

Василь ЧИГРИН



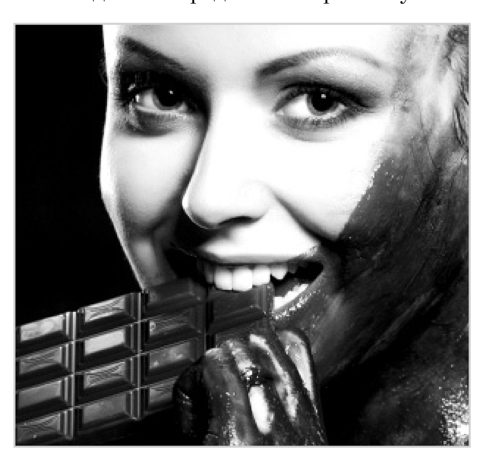
■ *Вкусно и полезно*

Шоколад

Ученые утверждают, что плитка шоколада в неделю и приготовленный из него напиток в среднем продлевают жизнь на год и омолаживают организм. Почему? Прежде всего, благодаря содержащимся в шоколаде природным антиоксидантам — катехинам, которые защищают клетки от свободных радикалов, предупреждают развитие злокачественных опухолей и заболеваний сердечно-сосудистой системы.

«Шоколад спасает от инфаркта и инсульта», — к такому выводу пришел американский профессор Карл Кин. Регулярное потребление этого лакомства нормализует функции кровяных пластинок — тромбоцитов: содержащиеся в шоколаде биологически активные вещества из группы флавоноидов не дают им слипаться и препятствуют образованию тромбов в сосудах сердца и мозга. Воздействие шоколада на сосуды аналогично аспирину, но без побочных эффектов. Профессор утверждает, что шоколад обязательно должен входить в рацион каждого человека, даже гипертоника, как средство профилактики сердечно-сосудистых заболеваний.

Напрасно обвиняют шоколад и в повышении артериального давления. Кофеин, который действительно может стать причиной гипертонии, присутствует в нем в минимальных количествах. Сравните сами: в чашке кофе — 120 мг кофеина, а в 100-граммовой плитке шоколада — всего 20 мг кофеина и теобромина вместе взятых. От такой небольшой дозы давление резко повыситься не может. Так что 2-3 кусочка шоколада не повредят и гипертонику.



Благотворно влияют на кровеносную систему, укрепляя и защищая ее, особые вещества — фенолы. Они, как и красное вино, препятствуют окислению «плохого» холестерина в крови и предохраняют от сужения кровеносные сосуды. Съесть половину плитки шоколада — все равно, что выпить бокал красного вина. Причем чем темнее шоколад, тем больше в нем фенола. И не надо опасаться, что шоколад (или сладости с его содержанием) повысит уровень холестерина в крови. Главная составляющая шоколада, масло-какао, — жир растительного происхождения, где нет так называемого «плохого» холестерина. Наоборот, шоколад богат стеариновой кислотой, которая «чистит» сосуды. К слову сказать, исследователи из Пенсильвании и Нью-Джерси (США) провели эксперимент: 23 добровольцам были предложены две разные диеты. Из рациона одних были исключены продукты, богатые флавоноидами — веществами, которых особенно много в шоколаде. В «черный» список попали чай, кофе, вино, лук, яблоки, фасоль, соя, фруктовые соки и собственно шоколад. Вторая группа, напротив, ежедневно получала 22 г какао-порошка и 16 г темного шоколада. Через месяц у испытуемых произвели измерение уровня холестерина. Оказалось, что люди, сидевшие на «шоколадной диете», имели более высокий уровень «хорошего холестерина». К тому же флавоноиды — отличные антиоксиданты, борющиеся со старением.

Шоколад также богат кальцием, магнием и фосфором, благодаря которым мы становимся красивыми и умными. Фосфор питает мозг, магний регулирует клеточный обмен, кальций обеспечивает крепость костной ткани. Тианины, содержащиеся в шоколаде, обладают антибактериальными свойствами и препятствуют образованию зубного налета; фосфаты и фтор укрепляют зубы. Таким образом, шоколад никак не может стать причиной кариеса, в чем его незаслуженно обвиняют.

Пожалуй, одно из наиболее ценных свойств шоколада — его способность поднимать настроение. Если одолевают грусть и печаль — съешьте шоколадку или кусочек шоколадного торта, и жизнь покажется краше. Ведь содержащийся здесь магний противодействует депрессии, улучшает память, повышает устойчивость к стрессам и укрепляет иммунитет.

Медики рекомендуют потреблять шоколад для профилактики простуды и весенней усталости. А если простуда все же настигла, рассосите кусочек за кусочком полплитки черного шоколада — кашель и боль в горле пройдут.

Еще одно интересное свойство шоколада: он облегчает течение предменструального синдрома и повышает сексуальность.

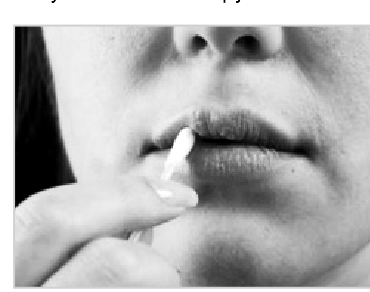
Ответы на сканворд в №24

По горизонтали: Изумруд. Гарем. Адам. Богема. Такт. Евангелие. Тоса. Нил. Иврит. Баюн. Ив. Аркада. Гайка. Двор. Она. Идеал. Уде. Скорлупа. Ил. Классик. Лайка. Кай. Андрей.

По вертикали: Зяблик. Осел. Равиоли. Одр. Тарелка. Рабат. Аул. Колпак. Дагестан. Аса. Дева. Дау. Си. Лама. Ба. Дии. Мана. Белка. Юг. Антенна. Али. Килик. Мате. Валенки.

ПРОСТУДА НА ГУБАХ

Просыпаетесь утром — а на губах неприятный зуд и маленькие пузырьки… Как часто нам приходится огорчаться из-за герпеса, который как всегда «вылез» в самый неподходящий момент. Но это лишь малая толика неприятностей, которые доставляет нам безобидная, на первый взгляд, болячка. Вирус герпеса, лишь раз попав в организм человека, поселяется там навсегда. Заражаются люди моментально, и уже не могут изгнать этот вирус.



Человеческий организм подвержен нескольким видам вируса герпеса. Ученые выделили 8 разновидностей этого заболевания. 95% всего человечества — носители вируса 1 типа (вируса простого герпеса). Это всем известный герпес на губах, герпес на теле.

Вирус проникает в организм человека в момент ослабления иммунитета. Чаще всего это происходит в результате переохлаждения, алкогольной интоксикации.

Как только вы почувствовали характерные симптомы: неприятное жжение, зуд — сразу принимайте все меры, чтобы пресечь развитие вируса в самом начале.

Пути передачи вируса герпеса: воздушно-капельный и контактный. Поэтому герпес может быть не только на теле — он может поражать и слизистые оболочки, например, роговицу и другие ткани глаз. В этом случае он может стать причиной герпетических дерматитов век, конъюнктивита и других заболеваний. Герпетический дерматит на веках похож на герпес на губах — кожа покрывается группами небольших зудящих пузырьков.

Уничтожить вирус герпеса, если он попал в организм, невозможно. Современная медицина не знает, как вылечить герпес полностью, она обладает лишь средствами, позволяющими устранить внешние симптомы заболевания.

Герпес на губах эффективно излечивается с помощью мазей, таких как Зовиракс, Герпевир, Ацикловир, Фенистил Пенцивир и др.

Необходимо как можно чаще смазывать пузырьки, тогда они пройдут быстрее, и не возникнет больших очагов эрозии. Если начать применение антигерпесного средства в первый же день появления симптомов, можно вообще не допустить эрозии. Но если момент упущен, все равно применяйте мази как можно чаще — с их помощью вы уменьшите боль и скорее поправитесь.

Заболевание герпесом становится причиной сильного снижения иммунитета, что, в свою очередь, приводит к новым рецидивам. Поэтому при лечении герпеса недостаточно подавить внешние проявления болезни. Необходимо позаботиться о мерах по усилению сопротивляемости организма, укрепить иммунитет.

Герпес на лице, на слизистых и любой другой герпес не лечится таблетками. Лечение состоит в основном в применении наружных средств — кремов, мазей. Никогда не выдавливайте появившиеся пузырьки — таким образом можно занести вторичную инфекцию и вызвать осложнения. Применяйте мази чаще, и пузырьки вскоре исчезнут сами.

Стремясь повысить ослабленный иммунитет пациента, врачи часто назначают сильнодействующие иммуномоделирующие препараты. Этого нельзя делать без предварительного обследования организма. Неправильное применение иммуномодуляторов может привести к подавлению иммунитета, то есть результат будет прямо противоположный ожидаемому. Поэтому перед проведением такой терапии необходимо составить иммунограмму, позволяющую оценить ваш иммунитет.

Основным методом профилактики герпеса является укрепление иммунитета. Для этого необходимо соблюдать режим питания, вести здоровый образ жизни, принимать витамины. Человек с крепким иммунитетом может носить вирус герпеса в организме, но ни разу в жизни не испытать неприятных симптомов внешнего проявления заболевания.

Умеренные физические нагрузки, полноценный, богатый витаминами и микроэлементами рацион, здоровые привычки уберегут вас от коварного вируса.

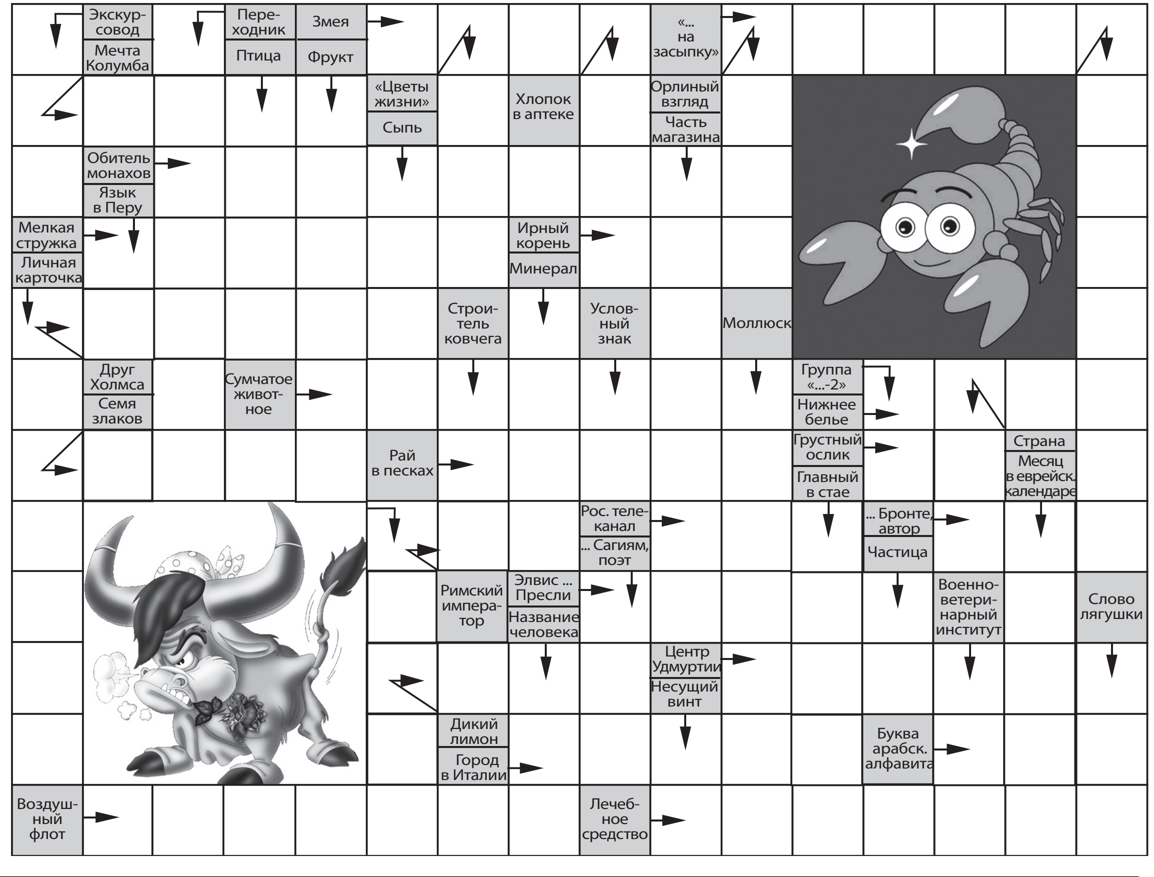
При появлении герпеса на губах смазывай пораженное место зубной пастой с мятным вкусом. Обычно губы смазывают на ночь, тогда к утру это место покрывается корочкой, таким образом быстрее заживая и не увеличиваясь в размерах.

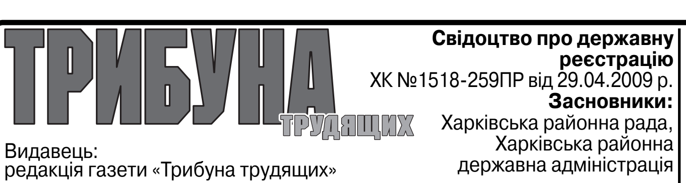
Лечить герпес на губах можно ушной серой. Извлеки из уха ватной палочкой или мизинцем немного серы и смажь больное место. Также можно лечить герпес на губах, смазывая пораженный участок валокордином или соком алоэ.

Попробуйте маскировать герпес на губах при помощи консилера. Также, нанося жидкую помаду на губы, возможно сделать герпес менее заметным.

А чтобы герпес проявлялся как можно реже, поддерживайте в себе крепкий иммунитет. Будьте здоровы!

■ *Авторский сканворд от Анны*





Видавець: редакція газети «Трибуна трудящих»

Свідоцтво про державну реєстрацію ХК №1518-259ПР від 29.04.2009 р.
Засновники: Харківська районна рада, Харківська районна державна адміністрація

Наш сайт: **http://www.tribune.kharkov.ua**

Офіційний сайт ХРДА: **http://www.khrda.gov.ua**

Виходить щосереди та щосуботи українською та російською мовами.
Адреса редакції: 61052, м. Харків, вул. Червоноармійська, 4.
E-mail: Tribuna2009@mail.ru
Тел. 712-00-56. **Тел./факс** 712-37-10.
В. о. головного редактора: Микола Хорошев.
Відповідальний за випуск: Ольга Попова.
Літературний редактор: Ганна Положій.
Верстка: Інна Денисенко.

Редакція залишає за собою право редагувати і скорочувати текст. Відповідальність за зміст та достовірність інформації у публікаціях несе автор, а в рекламних матеріалах (®) — рекламодавець. Редакція не завжди поділяє позицію авторів. Листи, рукописи і фотокартки не рецензуються і не повертаються. Листування з читачами тільки на сторінках газети. При використанні матеріалів посилатися на газету обов'язково.

Газета надрукована у друкарні ВАТ «Видавництво «Харків». Московський просп., 247, МСП, Харків, 61037.

Зам. 2-284
Тираж план. **10789** примірників.

Передплатний індекс 61805